

07-11-2022 pn	STÓŁ SZWEDZKI: chleb żytni ¹ z ziarnami posmarowany masłem ⁷ , kielbasa drobiowa, ser żółty, sałata, pomidor, rzodkiew biała. Do picia herbata z czarnego bzu z dodatkiem czystka.	Dzieci same robią sobie deser - jogurt ⁷ , puree z dyni hokkaido, musli (płatki kukurydziane, prażone pestki słonecznika, rodzyunki ¹² , orzechy nerkowca ⁸). Diety - deser owocowy z puree z dyni + kiwi, gruszka, jabłko + musli)	Zupa krem z dyni prowansalskiej z grzankami ¹ , natką pietruszki i posypana prażonymi pestkami dyni (włoszczyzna 9)	Racuchy z dyni piżmowej na kefirze ^{1,3,7} z sosem owocowym (jagodowo-truskawkowym) i serkiem śmietankowym ⁷ . Do chrupania marchewka i kalarepka. Na deser banan. Woda do picia.
08-11-2022 wt	Płatki mix ¹ (owsiane, jęczmienne, żytnie) na mleku ⁷ z suszonymi owocami ¹² , dynią, cynamonem, kardamonem i pestkami dyni. Chleb pszenno-żytni ¹ posmarowany masłem ⁷ . Plaster sera białego ⁷ polany miodem – dzieci same robią sobie kanapkę. Papryka kolorowa do chrupania. Diety – kanapka z humusem, papryka. Napój imbirowo-cytrynowy.	Tost po francusku z jajkiem, szynką drobiową, serem mozzarella ^{1,3,7} . Diety – kanapka 1,7 z kielbaską, rzodkiew biała. Herbata owoce leśne. Winogrona.	Zupa kalafiorowa z ryżem (włoszczyzna 9)	Ziemniaki z koperkiem. Kotlet z dorsza ^{4,3,1} panierowany w siemieniu i płatkach kukurydzianych. Surówka wielowarzywna z kalarepki, rzodkiewki, rukoli z dodatkiem oliwy z oliwek extra vergin / marchewka juniorka na parze skropiona olejem. Na deser gruszka. Herbata z dzikiej róży z dodatkiem imbiru.
09-11-2022 śr	Płatki kukurydziane z mlekiem ⁷ . Chleb graham ¹ z masłem ⁷ , pastą z pestek słonecznika, rukola, rzodkiewka. Herbata miętowa z dodatkiem czystka.	Kanapka - wafel ryżowy, rolada ustrzycka ⁷ , papryka. Woda do picia z dodatkiem kardamonu, kurkumy, miodu i cytryny. Gruszka.	Zupa fasolowa z makaronem ¹ i kielbaską drobiową (włoszczyzna 9)	Kluski leniwe z twarogiem ^{1,7,3} . Sałatka owocowa (jabłko, banan, brzoskwinia, kiwi) / surówka z marchewki z dodatkiem rozspanki i płatków migdałowych ⁸ . Woda do picia.
10-11-2022 czw	Ryż na mleku ⁷ z dynią, daktylami, sezamem ¹¹ i pestkami słonecznika (diety na mleku migdałowym). TALERZ RÓŻNOŚCI – dzieci same robią sobie kanapkę - chleb orkiszowy ¹ posmarowany masłem ⁷ , jajko ³ na twardo (diety – kielbasa żywiecka), sałata lodowa, kiełki buraka. Do picia herbata z czarnego bzu.	Ciasteczko maślane ze słonecznikiem i miodem ^{1,3} . Kefir ⁷ do picia. Na deser jabłko.	Barszcz czerwony z ziemniakami (włoszczyzna 9)	Łazanki – makaron pełnoziarnisty ¹ , biała kapusta, włoszczyzna ⁹ , udo z indyka. Kalarepka do chrupania. Banan. Woda z cytryną, imbirem i kardamonem.

